

NI UNA MÉS

25N

**Dia Internacional per a l'Eliminació
de les Violències Masclistes**



Realització de les activitats i recerca de recursos

Catalina Pons Ferrer, Mar Lladó Mulet i M. Antònia Orell Quetglas

Revisió, correcció i maquetació

Catalina Pons Ferrer, M. Antònia Orell Quetglas.

Disseny de portada

Marina Uguet Ibáñez

Descarrega't
aquest material



Índex

Manifest	pàg.5
Activitats Educació Infantil	pàg.9
Activitats Educació Primària	pàg.15
Activitats Educació Secundària	pàg.25
Recursos	pàg. 30



Manifest

Violències masclistes: una experiència plural

Des que es van començar a comptar l'any 2003, a les Illes Balears 43 dones, 1.331 al conjunt de l'Estat espanyol, han estat assassinades a mans d'homes. Però això és només la punta de l'iceberg d'una realitat estructural que travessa la nostra societat. No només vivim una quantitat insuportable de feminicidis; les dones patim diferents formes de violència masclista: psicològica, econòmica, ambiental, de segon ordre, física, sexual, vicària, obstètrica i de vulneració de drets sexuals i reproductius, digital... Les violències masclistes s'exerceixen de diverses maneres, en diferents espais i des de diferents àmbits. De vegades amb una evidència brutal, d'altres de forma oculta i sibil·lina. Les violències masclistes les vivim en plural.

A més, les violències masclistes també afecten persones trans i no binàries, que sovint estan invisibilitzades en les estadístiques i les polítiques públiques. Un feminisme transformador ha de reconèixer totes les identitats i expressions de gènere oprimides pel sistema patriarcal. És clar que les mesures contra les violències masclistes no són suficients.

L'avenç de les lleis, l'educació en igualtat i l'atenció a les víctimes no assoleixen les seves finalitats, principalment per manca d'inversió econòmica i personal i d'una mirada transversal i global. El Govern i les administracions territorials pertinents promulguen lleis buides d'un pressupost suficient per executar-les. Per què, malgrat la legislació per fer efectius els drets de les dones no s'aconsegueix aturar la violència?

L'educació en igualtat des d'edats primerenques i la transformació social exempta d'ideologies masclistes són la clau per a l'erradicació d'una violència que impedeix el gaudi efectiu i real dels nostres drets humans. Aquestes mesures, encara que indispensables, no estan canviant de manera efectiva la societat ni el seu comportament cap a les dones. Per què, malgrat la coeducació, no s'aconsegueix aturar la violència?

La simplificació de l'accés a la informació i les xarxes socials han contribuït a donar visibilitat a la violència masclista i han actuat, sovint, com a altaveu per a la denúncia d'aquesta realitat. De l'altre costat també, però, ha esdevingut un àmbit més on aquesta es desenvolupa i actua, i un canal més on justificar-la i normalitzar-la, amb especial efecte cap a la població més jove. Per què no estam sabent emprar les eines digitals com a mecanisme de combat de les violències masclistes?

A dia d'avui, partits polítics com el PP i VOX neguen i justifiquen la violència masclista i aposten per coartar i condicionar els drets de les dones amb discursos carregats de falsedats i demagògia.

La violència masclista s'estén com una teranyina que ens atrapa a totes. Múltiples formes de violència ens colpegen cada dia i a cada racó del món. Tant si és discreta i sigil·losa, com si és evident i brutal cap forma de violència és justificable, cap forma de violència s'ha de blanquejar.

No oblidem tampoc la violència vicària que arrossega infants enmig de la ira i l'odi. O la violència obstètrica i la vulneració dels nostres drets

sexuals i reproductius, que impedeix o dificulta a les dones prendre decisions de manera autònoma i informada, lesiona el dret al lliure desenvolupament, posa en perill mares i criatures i condiciona una experiència vital transcendent com són les nostres pràctiques sexuals o el naixement d'un infant.

No oblidem la violència contra les dones migrants i racialitzades sotmeses per la seva situació de vulnerabilitat. No oblidem la violència contra les dones en contextos de conflictes armats. No oblidem que els nostres cossos són sempre un camp de batalla i es tracten, sovint, com a botí de guerra. Com han hagut de patir les dones gazatís en el genocidi que Israel duu perpetrant contra el poble de Palestina. Dones que han denunciat haver estat víctimes de violacions i tortures sexualitzades a mans de l'exèrcit israelià. Crims de guerra i crims de lesa humanitat.

Desitjaríem que el 25N pogués desaparèixer del calendari però fins que no n'hi hagi ni una menys, fins que cap dona al món -en context de conflicte o en context de pau- pateixi qualsevol forma de violència, fins que totes tinguem vides lliures i dignes no podem abandonar aquesta data de reivindicació i lluita.





EDUCACIÓ INFANTIL

0-3 ANYS

Activitat 1: Mural de les mans amigues (activitat per alumnat 1-2 anys)

Durada: 1 sessió

Objectius

Posar en valor la força de la comunitat i el grup

Reivindicar actituds positives i no-violentes

Activitats proposades

L'alumnat, acompanyat del docent, elaborarà un mural en el qual estamparà les seves mans sota el títol "Ens cuidam, ens respectam" per simbolitzar el respecte mutu.

Metodologia

L'activitat es durà a terme a través del joc i l'escolta activa.

Materials

- Paper continu
- Pintura al tremp
- Retoladors i/o adhesius



Activitat 2: El joc del sí i del no (activitat per alumnat de 2-3 anys)

Durada: 1 sessió

Objectius

Visualitzar conductes violentes relacionades amb el seu dia a dia (estirar els cabells, mossegar, pegar-se...)

Aprendre a diferenciar el bon tracte del mal tracte

Activitats proposades

El docent elaborarà cartells amb icones que representin diferents actituds, violentes o no, i estimularà els infants a verbalitzar si són actituds positives o negatives. Després, reflexionarà amb els infants sobre el bon tracte dins l'aula.

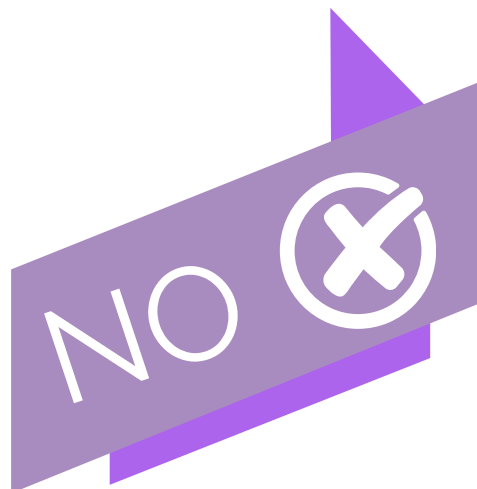
S'elaborarà un plafó o mural per poder deixar-hi penjades les imatges en dues columnes per facilitar informació senzilla i visual als infants.

Metodologia

L'activitat es durà a terme a través del joc i l'escolta activa i sempre promovent la participació dels infants.

Materials

- Targetes amb icones que representin conductes violentes a l'aula.
- Mural i paper continu



3-6 ANYS

Activitat 1: L'Artur i la Clementina

Durada: 3 sessions

Objectius

Reflexionar sobre el valor emocional dels regals.

Distingir l'afecte desinteressat de les actituds de control i de recerca de submissió.

Parlar sobre com exterioritzam els nostres sentiments i com els demostram als altres.

Visualitzar, a través del joc d'equilibri, com la càrrega excessiva pot fer que caigui tot.

Relacionar el joc de l'equilibri amb les relacions tòxiques o manipulatives.

Pensar i anomenar recursos per demostrar el nostre afecte sense càrregues materials ni emocionals vers els altres.

Activitats proposades

Sessió 1: Lectura del conte L'Artur i la Clementina d'Adela Turín. En haver llegit el conte, convidarem l'alumnat a reflexionar sobre el comportament de les dues tortugues i a expressar com els han fet sentir aquests comportaments i actituds.

Sessió 2: El joc de l'equilibri.

Fent servir el joc de l'equilibri, materialitzarem el conte de L'Artur i la Clementina. Això ens ajudarà a demostrar visualment a l'alumnat el pes que suporta la tortuga i com li afecta la càrrega excessiva.



Sessió 3: Dramatització del conte. L'alumnat, per parelles, representarà el conte de L'Artur i la Clementina. Una vegada acabades les dramatitzacions, l'alumnat compartirà com s'ha sentit en el seu paper.

Possibles preguntes:

-Què és el que més/menys t'ha agradat de representar el teu personatge?

Com t'has sentit?

-Què t'agradaria canviar d'aquesta història?

Metodologia

Metodologia vivencial i d'aprenentatge cooperatiu. L'alumnat posarà en comú els seus sentiments i experimentarà el pes de la càrrega de la tortuga tant amb el joc de l'equilibri com sobre el seu propi cos.

Materials

- Conte: L'Artur i la Clementina (Senalles liles lot 4.1)
- Joc d'equilibri
- Diversos estris de poc pes per simular la càrrega de la tortuga a les dramatitzacions. També podem convidar els infants a dibuixar els diferents objectes que es van col·locant damunt la tortuga. (Cartolines, ceres de colors...)



Activitat 2: Taller "Som iguals i diferents"

Durada: 2 sessions

Objectius

Treballar vocabulari bàsic.

Parlar sobre les activitats que veim fer a casa, a la vida quotidiana.

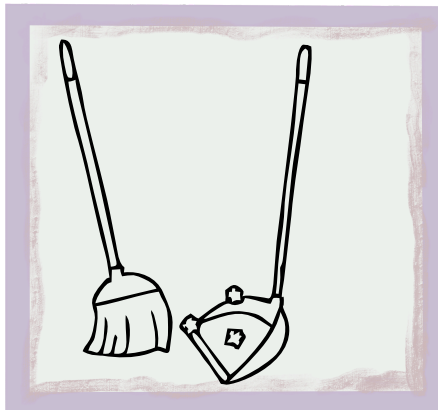
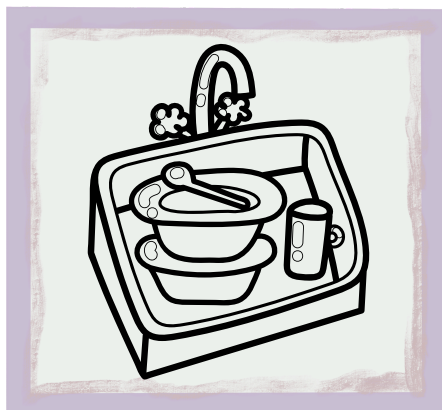
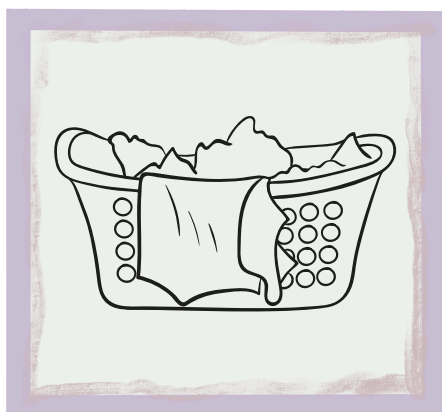
Reflexionar sobre qui fa aquestes activitats en el dia a dia i per què

Reflexionar sobre els estereotips de gènere.

Activitats proposades

Sessió 1: Amb cartolines o paper gruixat de mida DIN A-5, l'alumnat dibuixarà icones que representin activitats quotidianes com: planxar, rentar roba, escurar, cuinar... Cal que estiguin duplicades. Si ja comencen a escriure, poden posar el nom de cada activitat a davall.

Amb cartolina o paper gruixat de mida DIN A-4, dibuixaran dues siluetes: una d'un home i una d'una dona per penjar-les a un mural.



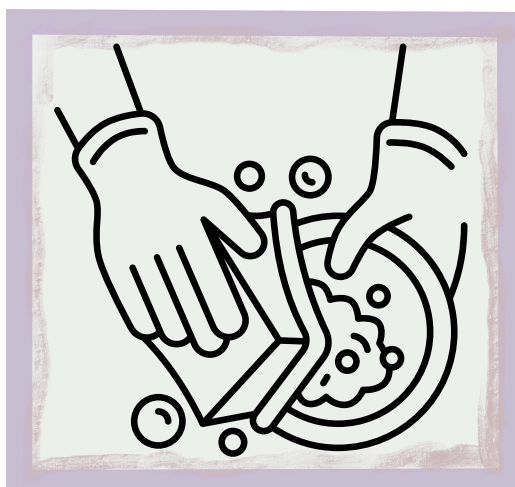
Sessió 2: El docent repartirà aleatòriament les icones entre l'alumnat perquè les col·loqui a les figures, sense dir-los res. En haver-les col·locades, parlarem de com queden repartides i reflexionarem sobre per què els han posat així. Demanarem a tots els infants si hi estan d'acord. En sorgir desacords, parlarem de com els podem resoldre. Després, traurem les icones duplicades i observarem on han quedat col·locades cada una de les activitats. Demanarem als alumnes si l'altra persona podria fer o no aquesta activitat. Observarem les seves respostes i reflexionarem sobre els estereotips de gènere.

Metodologia

Aprenentatge basat en el pensament. S'aprèn a contextualitzar, relacionar, analitzar, posar en comú, argumentar... la informació, d'aquesta manera, es converteix en coneixement.

Materials

- Cartolines de diferents mides
- Ceres o llapis de colors
- Màquina de plastificar



EDUCACIÓ PRIMÀRIA

6-9 ANYS

Activitat 1: Tots som elefants de colors. Basada en el conte Rosa Caramel d'Adela Turín

Durada: 3 sessions

Objectius

Comprendre el missatge de Rosa Caramel: la igualtat, la llibertat i la diversitat.

Reflexionar sobre els estereotips de gènere, els rols imposats i les violències subtils.

Dialogar i arribar a acords entre iguals.

Expressar-se de manera creativa i personal.

Activitats proposades

Sessió 1: Lectura i conversa inicial.

Es llegeix el conte a classe en veu alta. Poden llegir-lo els i les alumnes o el docent.

L'alumnat formarà grups heterogenis de conversa de 4-6 membres.

Cada grup nomenarà un portaveu. El docent pot observar la paritat entre els portaveus i comentar-la posteriorment, si escau.

S'obre un debat amb preguntes com:

- Per què la Rosa Caramel no volia ser com les altres elefantes?
- Què volien que fessin les elefantes i què feien els elefants?
- Creis que és just que algú decideixi què hem de fer segons si som nins o nines?
- Creis que no deixar que una persona prengui les seves decisions és violència? Per què?

Sessió 2: "El meu elefant lliure"

Cada alumne rep una plantilla d'un elefant o en dibuixa un lliurement. Ha de decorar-lo com vulgui, amb els colors i materials que representin la seva manera de ser- A sota hi escriuran una frase com per exemple:

- "El meu elefant pot fer tot el que vulgui"
- "A mi m'agrada ser com som"
- "No hi ha colors de nins i nines. Els colors són per tothom"

Sessió 3: Posada en comú i exposició.

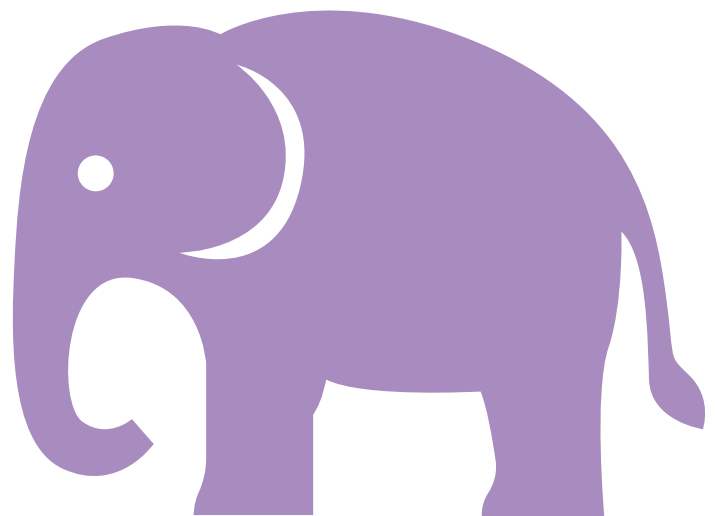
Cada infant presenta el seu elefant i explica què ha volgut expressar. Poden fer-se preguntes entre ells i debatre sobre l'exposició de cadascú. El docent s'assegurarà que el debat es generi des del respecte. S'exposen tots junts en un mural al qual poden posar un títol.

Metodologia

Aprenentatge cooperatiu. L'alumnat posarà en comú diferents percepcions i punts de vista.

Materials

- Conte Rosa Caramel d'Adela Turín. (senalles liles lot 5.1)
- Cartolines de colors o fulls DIN A4
- Retoladors, ceres, tisores, cola...
- Plantilla d'un elefant (opcional)



Activitat 2: Paraules que fan bé, paraules que fan mal.

Durada: 1 sessió

Objectius

Reflexionar sobre el poder de la paraula

Reflexionar sobre el llenguatge sexista i com podem adaptar-lo per fomentar la diversitat i el respecte

Elaborar discursos respectuosos i no-violents

Activitats proposades

L'alumnat elaborarà un mural amb dues columnes en les quals exposaran un llistat d'expressions violentes i/o sexistes i les adaptaran a llenguatge no sexista i respectuós.

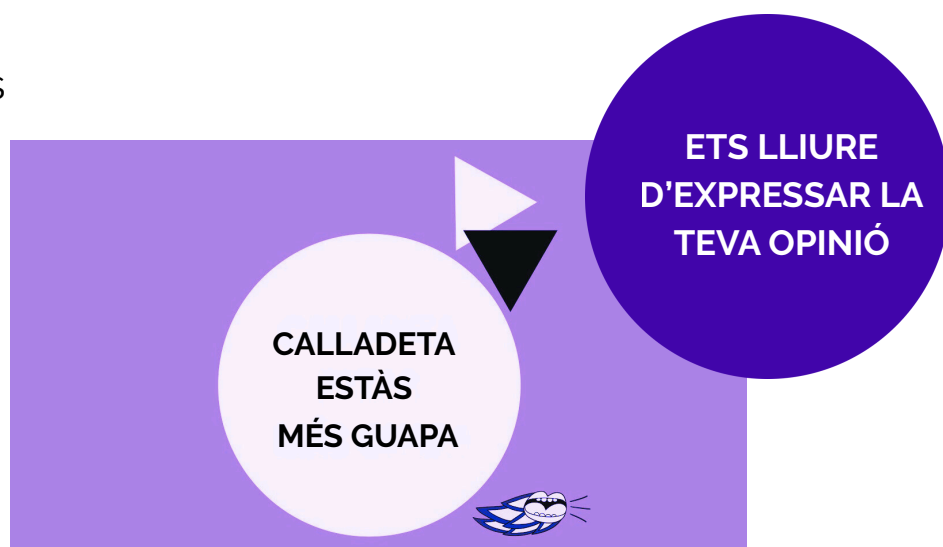
Per exemple: "Calladeta estàs més guapa" vs "ets lliure d'expressar la teva opinió des del respecte"

Metodologia

Aprenentatge basat en el pensament. S'aprèn a contextualitzar, relacionar, analitzar, posar en comú, argumentar... la informació, d'aquesta manera, es converteix en coneixement.

Materials

- Paper continu
- Retoladors de colors



Activitat 3: El “violentòmetre” escolar

Durada: El temps que l'equip docent consideri oportú

Objectius

Identificar conductes que de vegades es normalitzen dins l'escola però que són violència contra les dones i donar-los visibilitat

Reduir les conductes de violència cap a les dones

Activitats proposades

Explicarem a l'alumnat de la classe que seran vigilants de la violència contra les dones que pugui existir en el pati, a l'aula, a l'entrada i la sortida de l'escola... Hauran d'estar atents a les conductes violentes que es produeixin i prendre'n nota.

L'alumnat elaborarà un 'violentòmetre' en el qual representarà la situació en què es troba l'aula o el centre respecte de la violència masclista.

L'exposarà en una zona ben visible perquè tots els membres de la comunitat educativa n'estiguin assabentats. S'hi representaran les següent zones:

-Zona verda: situacions de respecte, diàleg, cura...

-Zona groga: insults, control, crits, xantatge, manipulació...

-Zona vermella: amenaces, cops, agressions físiques i verbals...Cada vegada que exposin una situació que han viscut o presenciat farem una reflexió en grup sobre per què ha passat, com podria haver-se evitat, quin hauria de ser el nostre comportament...



Es poden anar guardant els "violentòmetres" elaborats al llarg del curs per estudiar l'evolució de l'aula o el centre fer una valoració final.

Materials

- Paper continu o cartolina de colors
- Ceres o retoladors de colors

10-12 ANYS

Activitat 1: Cadenes invisibles

Durada: 1 sessió

Objectius

Reflexionar sobre violències subtils o invisibles

Representar aquestes violències i donar-los nom amb l'objectiu de visibilitzar-les.

Prendre consciència sobre violències interioritzades i erradicar-les.

Activitats proposades

Tallarem tires llargues de paper de color i, amb una grapadora, farem baules per construir cadenes. Cada una d'aquestes cadenes representarà una forma de violència 'invisible' cap a les dones. A cada cadena, hi posarem una etiqueta que ens ajudi a recordar a quina violència fa referència. Després, en grup de 3-4 membres, dialogarem i arribarem a acords sobre maneres per trencar aquestes cadenes. Farem, amb un color diferent, una nova etiqueta per sobreposar-la a l'anterior i així trencar amb aquesta violència.

Metodologia

Partirem dels coneixement o experiències prèvies de l'alumnat i farem una pluja d'idees per saber què identifiquem com a violència 'invisible'. Potser el docent haurà de fer una tasca de conscienciació prèvia perquè, com bé resa el títol, parlarem de formes de violència cap a les dones que són subtils i, sovint, passen desapercebudes.

Material

- Full de colors
- Etiquetes
- Retoladors
- Tisores
- Grapadora i grapes



Activitat 2: El valor de ser un/a mateix/a

Durada: 1 sessió (90 minuts)

Objectius

Fomentar l'autoestima i l'acceptació personal com a base per a relacions sanes i respectuoses.

Valorar la diferència i comprendre que tots som únics i especials.

Reflexionar sobre com el respecte i la llibertat personal són essencials per evitar relacions desiguals o violentes.

Desenvolupar l'empatia i la capacitat de reconèixer actituds de rebuig, discriminació o pressió.

Activitats proposades

Dinàmica inicial: "El món de colors" (15 minuts)

Objectiu

Visualitzar com les diferències poden generar exclusió i parlar sobre el respecte i la inclusió.

Metodologia

Els participants es col·loquen d'esquena amb els ulls tancats mentre el/la docent enganxa un gomet al front de cadascú. En obrir els ulls, se'ls demana que es grupin en silenci. Observarem què passa amb les persones que tenen gomets diferents.

Reflexió

Com us heu sentit?

Algú s'ha quedat fora del grup?

Per què sovint ens agrada estar amb qui s'assembla a nosaltres?

Material

- Gomets de colors (alguns iguals, un o dos diferents).

Activitat 3: "La meva pepa/jo" (25 minuts)

Durada: 1 sessió

Objectiu

Posar en valor la pròpia identitat i allò que ens fa únics.

Activitat proposada

L'alumnat tria una pepa que el representi i la personalitza amb colors, roba o objectes segons la seva personalitat i interessos.

Metodologia

Reflexió curta en grup

Us ha costat representar-vos?

Quines coses heu volgut destacar de vosaltres?

Material

- Retallables de pepes, colors, tisores, adhesius, etc.

Activitat 4: Lectura i conversa: Jo vaig amb mi (Raquel Díaz Reguera) (15 minuts)

Durada: 1 sessió

Objectius

Fer emergir la idea de l'amor propi i la importància de no renunciar a ser un mateix per agradar o encaixar

Consolidar la relació entre autoestima, respecte i prevenció de la violència, especialment en l'àmbit emocional o d'amistat.

Activitat proposada

Lectura del conte i breu debat.

Preguntes per guiar la reflexió:

- Què li passa a la protagonista?
- Què vol dir "anar amb un mateix"?
- Què passa quan canviem per agradar algú?

Debat final

"Relacions amb respecte" (30 minuts)

Conversa guiada en gran grup.

Preguntes orientatives

- Què vol dir tenir una relació sana?
- Us agradaria canviar alguna cosa per agradar algú?
- Quines coses no hauríem d'acceptar mai d'una altra persona?
- Com podem posar límits si algú no ens respecta?
- Quines coses teniu que us fan especials i diferents?

Metodologia

Partirem d'una dinàmica vivencial per afavorir la reflexió i la presa de consciència sobre la diversitat, la inclusió i el respecte mutu.

Mitjançant activitats creatives i participatives, es connectarà la idea d'autoestima amb la prevenció de relacions desiguals o de dependència emocional.



El conte serveix com a eix emocional per treballar la identificació i l'expressió de sentiments.

Material

- Conte Jo vaig amb mi (Raquel Díaz Reguera).
- Gometes de diferents colors o formes.
- Retallables de pepes o siluetes humanes.
- Colors, tisores, adhesius, retoladors.
- Pissarra o cartolina per recollir idees finals.

Missatge final

"Estimar-se a un mateix és el primer pas per viure relacions sanes i lliures de violència."



EDUCACIÓ SECUNDÀRIA

13-15 ANYS

Activitat 1: Missatges que importen

Durada: 3 sessions

Objectius

Identificar estereotips de gènere en el món audiovisual: anuncis, cançons, cinema...

Identificar conductes que poden suposar violència cap a les dones en aquests materials

Aconseguir generar missatges no sexistes per al mateixos continguts

Activitats proposades

Sessió 1: Agruparem l'alumnat en tres grups i distribuïrem els temes: cinema, música i publicitat.

Animarem l'alumnat a fer recerca sobre micromasclismes i violències 'invisibles' en la seva àrea de recerca.

Una vegada escollit el recurs audiovisual que farà servir cada grup, els al·lots i al·lotes explicaran per quin motiu l'han triat i quina opció no sexista o no violenta proposen.

Sessió 2: Cercarem espais en què els alumnes, supervisats per un docent, puguin generar continguts audiovisual com a resposta a aquells que han analitzat.

Sessió 3: Visualitzarem els continguts generats pels companys i els contrastarem amb el material de partida. Així donarem valor i visibilitat a les nostres possibilitats de canviar la realitat de la violència cap a les dones.

Metodologia

Fomentarem la recerca, el treball cooperatiu i el pensament crític. També treballarem l'expressió respectuosa d'opinions i la creativitat.

Material

- Ordinador
- Attrezzo i vestuari si és necessari



Activitat 2: "Mites de l'amor romàntic" No és amor, és violència.

Durada: 1 sessió

Objectius

Identificar els mites de l'amor romàntic

Identificar formes de violència dins les relacions de parella, sobretot en l'adolescència.

Conscienciar l'alumnat sobre la necessitat d'establir relacions sanes i basades en la confiança i el respecte.

Activitats proposades

L'alumnat anirà anotant a la pissarra de l'aula totes aquelles frases o conductes que històricament s'han identificat com a expressions de l'amor romàntic però que pensen que constitueixen violència: la gelosia, dir-te quina roba pots posar-te, on pots anar i amb qui...

Una vegada tenguem un inventari de conductes, frases o situacions, prepararem una infografia, o una guia més àmplia en funció de les conductes que l'alumnat identifiqui i anomeni, i l'exposarem a diferents llocs del centre perquè estiguin a l'abast de l'alumnat de secundària.

ACTIVITATS 25N 2025

VIOLÈNCIES MASCLISTES: UNA VIVÈNCIA PLURAL

Per completar aquesta activitat, crearem a un espai comú un 'semàfor de relacions tòxiques' i hi classificarem diferents comportament basant-nos en els tres colors del semàfor:

- Verd: relacions o conductes sanes
- Groc: alerta
- Vermell: relacions tòxiques

Metodologia

Treball cooperatiu

Materials

- Paper continu
- Retoladors
- Ordinador

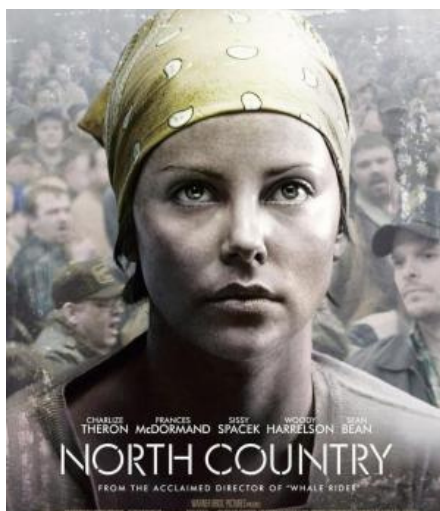
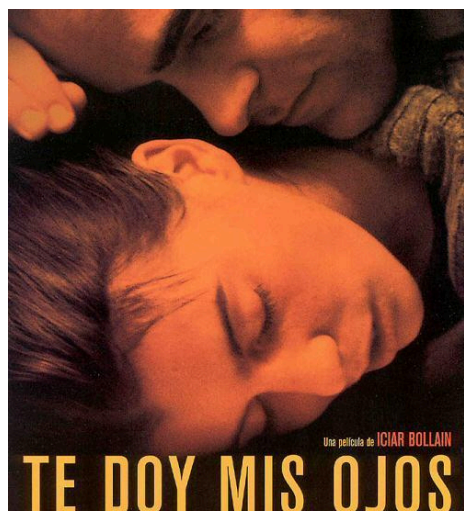
+16 ANYS

Activitat 1: Cine Fòrum

Pel·lícules proposades:

- Te doy mis ojos d'Iciar Bollain
- En tierra de Hombres de Niki Caro
- Durmiendo con su enemigo de Joseph Ruben

Durada: les sessions necessàries per veure el film i comentar-lo



Objectius

Sensibilitzar l'alumnat

Identificar conductes que poden suposar violència cap a les dones en aquests materials.

Proposar actituds reivindicatives contra la violència cap a les dones

Activitats proposades

Generar debat i reflexió sobre les situacions que es mostren a les diferents pel·lícules proposades.

Metodologia

Debat

Materials

- Projector

Activitat 2: El silenci també fa mal

Durada: 2 sessions

Objectius

Promoure la reflexió sobre el 25N

Identificar conductes i actituds que desemboquen en violència cap a les dones

Activitats proposades

En grups heterogenis de 4-5 membres, proposarem a l'alumnat que faci una dramatització vinculada a una conducta que, aleatòriament, els haurem proposat amb una targeta secreta.

Per dur a terme la seva dramatització no podran utilitzar la veu. Poden exposar qualsevol tipus de violència: digital, física, vicària... L'única consigna és que no poden parlar.

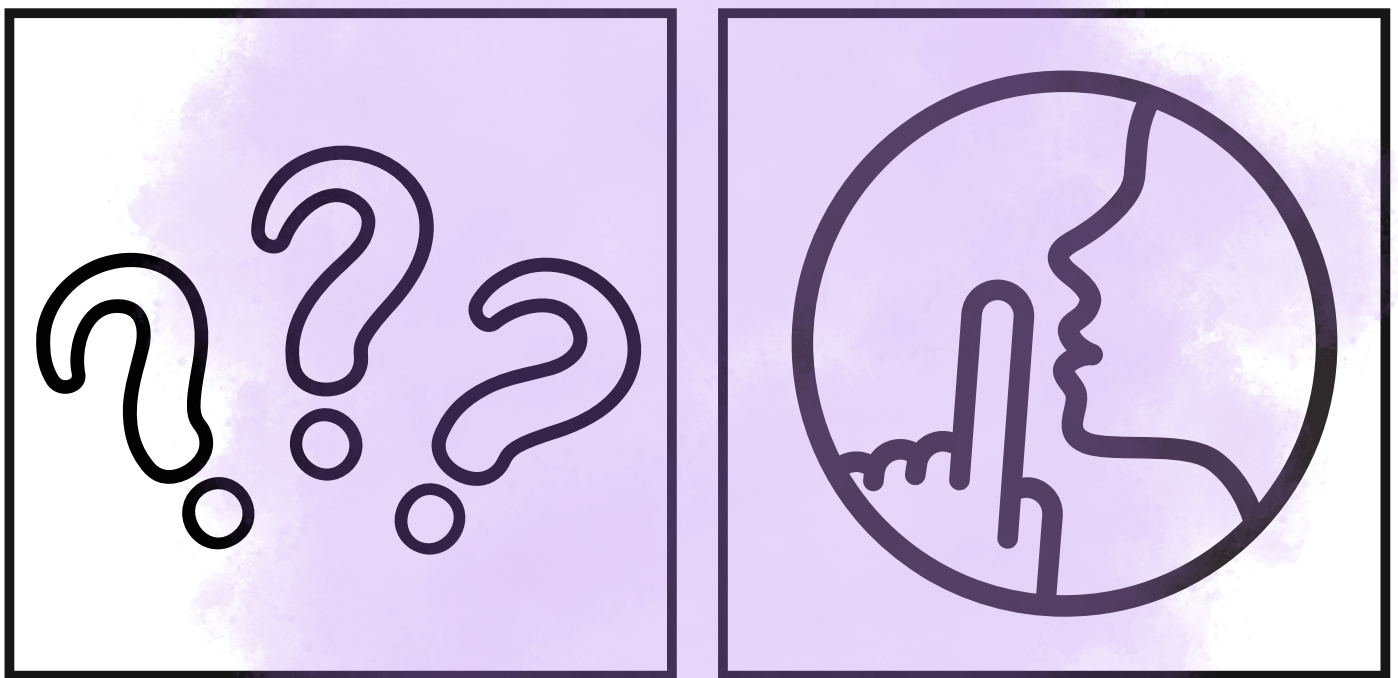
Els seus companys, com a públic assistent, hauran d'identificar a quina conducta fa referència cada una de les dramatitzacions. Després es fomentarà el debat sobre els temes que sorgeixin.

Metodologia

Treball cooperatiu. Expressió corporal.

Materials

- Vestuari i attrezzo necessari per dur a terme les dramatitzacions



Recursos

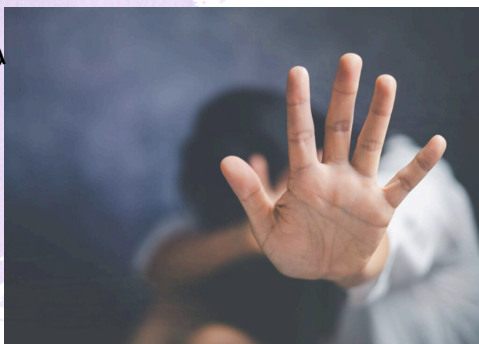
Curt espanyol on es mostra la violència masclista de manera simbòlica, l'agressió, les situacions de poder, el silenci. Es pot treballar a partir de 10-12 anys.



Se denuncia la violència que neix del que "hauria de ser amor romàntic" Ideal per a 11-12 anys



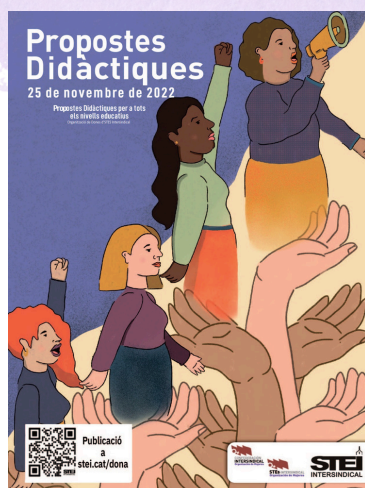
Recull de curtmetratges per treballar la violència de gènere amb l'alumnat.



ACTIVITATS 25N 2025

VIOLENCIES MASCLISTES: UNA VIVÈNCIA PLURAL

Propostes Didàctiques per a tots els nivells educatius



Servei de préstec de contes i altres materials didàctics, per a tots els nivells educatius, durant 3 setmanes prorrogables en el temps, segons demanda.



Coeducació (Convivèxit)



Recursos 25N
Convivèxit





NI UNA MÉS